



Contacts

UNIVERSITÉ DE PAU ET DES PAYS DE L'ADOUR

Collège SSH

Sciences Sociales et Humanités

11 rue Morane Saulnier

65000 TARBES

05 62 56 61 00

secretariat.staps@univ-pau.fr

<https://formation.univ-pau.fr/m-eppm>

Direction FTLV

*Formation continue, apprentissage,
reprise d'études, VAE*

05 59 40 78 88

accueil.forco@univ-pau.fr

Responsable pédagogique

Philippe PASSELERGUE

Maître de Conférences

philippe.passelergue@univ-pau.fr

05 62 56 61 03



Accès à la formation

Prérequis

L'accès au Master 1 est autorisé aux titulaires d'une Licence STAPS ou d'un diplôme équivalent après examen du dossier en commission pédagogique.

Candidature

- Pour les étudiants déjà inscrits dans une université française ou à l'UPPA :
 - En M1 : <https://www.monmaster.gouv.fr>
 - En M2 : <https://apoflux.univ-pau.fr/etudiant>
- Pour les titulaires de diplômes étrangers, référez-vous au site des relations internationales de l'UPPA : <https://ri.univ-pau.fr>

Inscriptions

Les inscriptions se font en ligne, sur le site de l'UPPA :
<http://www.univ-pau.fr>

Personnes en situation de handicap

L'équipe de la "Mission Handicap" vous accompagne tout au long de vos études supérieures : 05 59 40 79 00

handi@univ-pau.fr

Master STAPS

Entraînement et
optimisation de la
performance sportive

CAMPUS DE TARBES

Expert en préparation
physique et mentale
et optimisation de la
performance

Conception : Direction de la communication - Impression : Centre de reprographie - UPPA - Janvier 2025



<https://formation.univ-pau.fr/m-eppm>

Objectifs

Ce master forme des intervenants possédant une double compétence en préparation physique et mentale. Il se propose d'élargir les spécialisations habituelles en les combinant pour offrir des atouts supplémentaires à ses étudiants.

Deux secteurs de professionnalisation peuvent être envisagés :

Le secteur de l'optimisation de la performance (entraînement et du sport de haut niveau). L'objectif est de former des spécialistes de l'optimisation de la performance sportive. Les fédérations, centres de formation, clubs et pôles France ou Espoir constituent les organisations principales de ce domaine.

Le secteur de la prévention qui intéresse les domaines de la santé, de la rééducation et de l'entretien du capital corporel. L'objectif est de former des professionnels susceptibles d'intervenir face à des populations non pathologiques diverses et de promouvoir l'activité physique dans une perspective de bien-être ou d'entretien corporel. Les structures concernées par ce secteur peuvent être les centres de thermalisme, les maisons de retraite, les centres de rééducation, les salles de remise en forme...

Insertion professionnelle

Débouchés

Métier de préparateur physique et mental, coach sportif, entraîneur au sein de clubs, de comités sportifs, de centres de formation ou de pôles, salles de remise en forme...

Poursuites d'études

Possibilité de poursuite d'études en doctorat au STAPS.

Nos atouts

- **La composante STAPS abrite un laboratoire "Mouvement, équilibre, performance et santé"** qui traite de l'analyse du mouvement, des déterminants de la performance et de la promotion de l'activité physique. Le Laboratoire propose ses compétences en préparation physique et mentale auprès des clubs sportifs locaux et autres institutions de santé.
- Des bâtiments récents.
- Une bibliothèque spécifique STAPS.
- Des postes informatiques en libre accès.
- Une salle de musculation
- Des partenariats avec les grands clubs sportifs locaux...

Taux de réussite du diplôme : 100%

(promo 2023/2024)



Organisation de la formation

Le Master se prépare en 2 années, divisées en 4 semestres.

- Domaine : Sciences humaines et sociales
- Mention : Sciences et techniques des activités physiques et sportives
- Spécialité : Expert en préparation physique et mentale

Enseignements

25 places disponibles en Master 1

- Psychologie et préparation mentale
- Processus physiologique de l'entraînement
- Techniques de l'intervention
- Outils méthodologiques, outils de gestion, outils de préparation mentale
- Préparation physique, réathlétisation et périodisation de l'entraînement
- Analyse du mouvement